

你可以不生病（中）

——創造富足 擁抱健康

二〇〇六年二月二十八日講於國立台灣師範大學教育大樓

◆ 許添盛 主講

◆ 編輯小組 整理

起心動念能創造實相

我們所有的思想從細胞的角度來講，是不是由電所帶動的？或是我們的思想帶動電？你的每一個感受、喜怒哀樂有沒有帶動你細胞的磁場？有啊！這才是影響你健康最大的電磁波！但是這個東西，很抱歉，它不能做成藥丸，不能賣錢，沒有那種藥丸叫做開悟丸，你吃下去就開悟了，沒有。所以現在很多能夠賣錢的治療法，它不是講要直指人心啊！我剛才已經很清楚的告訴各位了，我的存在，我跟各位上的課，是要引導你慢慢的讓你有創造自己健康的能力，那個能力本來就是屬於你的，只是千百年下來，人類沒有朝這個方向發展，尤其是近一、二百年，我們一直在科技上、在外在的方法做發展，以致於我們沒有去開發我們內在的潛能，去認識我們的思想、我們腦海裡的電，從這個神經細胞流到那個神經細胞它所產生的電磁場。產生電磁場之後，影響到你的基因，影響到你的整個人甚至命運，人的命運也是一種電磁場啊！每件發生在你身上的事情，都是一種電磁場，可是你不瞭解你的每個念頭是如何形成電磁場，你的每個念頭是如何創造實相？各位，你們知道嗎？你的起心動念會影響到你的命運，以前你以為你是你，命運是命運，但是我告訴你，賽斯告訴你，你的起心動念會影響到你的命運。如果你沒有藉由瞭解你的起心動念，你無法創造你的實相。

舉個例子來講，前幾天有同學送我台語的 CD 片，裡面有一首歌，叫做「家後」，台語歌，我覺得這首歌詞的意境蠻有意思的，雖然我沒有「家後」，我也不是別人的「家後」，我也沒有常常跟朋友到斷背山去釣魚，聽這首歌蠻感動的，感受它的意境，也感受到很多人聽到這首歌，可能會夫妻之間就不自覺的牽起手了，然後流下感動的眼淚，哭了好幾次，其實不干我的事啦！後來我到高雄去上課，突然發現怎麼這首歌的作者坐在下面聽課，瞭解我的意思嗎？思想會創造實相。我的意思是說，其實你的命運，很多事情看起來沒有關聯，你錯了，什麼叫覺者？什麼叫覺察？你可曾知道很多你的起心動念，很多你的隱微的思想，它在創造實相。所以我對我的每個思想，我常常去覺察它，這個思想會創造什麼實相？而這些發生在我身上的實相，幾乎都能夠找到它是那一個、那一組、那一套、那一掛的思想創造出來的。包括我現在站在這邊，我很清楚是我的那一組、那一掛、那一個思想的起心動念而創造了我站在這邊跟各位上課的這個事件。對於同樣的過程，你清楚嗎？你有沒有對於你的思想、你的信念、你的感受是如何變成實相而發生在你身上，這個過程你清楚明白，還是你渾渾噩噩的？還是你懵懵懂懂的？

你每天活著就是等著好事壞事發生在你身上，你完全不清楚每天從早到晚發生在你身上的每件事，它都是透過你的隱微的起心動念，你的這個思想，這一組的思想，這一掛的思想，這樣的情感，這樣子的感受吸引而發生在你身上的。

如果各位開始清楚了，你就會踏上賽斯所謂的覺者的道路，而且你會開始透過你的起心動念，想要什麼事件發生在你身上，簡單說，你可以創造你要的命運。你若希望什麼事情發生在你身上，你就開始創造吸引那個事件的想法和感受；你希望什麼事情發生在你身上，你得先把你人生未來的那個事情的想法和感受創造出來，把那一組、那一個、那一套、那一掛、那一坨、那一堆的信念先創造出來。這樣清楚嗎？你開始化被動為主動，當所有的人類都還停留在麻瓜的時候。我常講，我是霍格華斯學院的院長，雖然看起來蠻年輕的，可是，那是我的外表，我多老你不會知道，你也許根本想不到我有多老。我來幫助各位從麻瓜的身分，提昇到你能夠開始可以使用心靈的魔法。我再舉個例子，我今年七月要到紐約去演講，受邀請到紐約、多倫多、溫哥華、西雅圖、洛杉磯然後回台灣，這個巡迴之旅怎麼發生的？其實中心的祕書蠻清楚的，首先我先決定我要去紐約演講，我為什麼要去？因為我到洛杉磯去演講，心念先決定怎麼可以不去紐約？約紐這麼棒的地方，我怎麼可以不把這麼棒的思想帶到那個地方去呢？一定要去的，對不對？我開始感受到那邊的人對我的呼喚和渴求，事情發生了沒？八字沒一撇。我要去紐約。好，思想創造實相，信念創造實相，後來有個紐約的同學回到台灣來上課，他跟祕書講，他想邀請許醫師去紐約演講；另外一個同學在多倫多，想說既然到紐約了，順便去多倫多吧，我說當然好啊！多倫多沒去過，所以整個去紐約、多倫多的巡迴演講就敲定了。可是我很清楚這件事情是從我的內心起心動念吸引過來的，我很清楚，我知道如果沒有這個起心動念就不會發生這件事，縱使發生這件事，我都會拒絕掉。

所以各位，也許很多人還不瞭解自己的命運是從自己內心的起心動念出發的，你慢慢要瞭解這一點，你想要讓你將來的命運往那個方向，是你的起心動念能夠決定的。很多人沒有把自己的健康與否和內在的起心動念做結合，到底是那一組的信念，那一個的思想，那一坨的觀念，那一組的知識，和那一些情緒狀態引發了你生這個病，你清楚嗎？各位，你清楚嗎？這就是為什麼你要學的原因。

我希望能夠帶領各位、幫助各位很清楚的知道你的每一個疾病到底是那一組的思想，那一坨的情感、信念、感受所引發的？你必須清楚到這個地步。以禽流感當例子，禽流感是我們集體的不確定感，人類集體的對未來的不安全感的思想，各位，整個人類有沒有對未來充滿了不安全感的思想？我們的思想有沒有很焦慮？目前很多的人類，思想有沒有很悲觀？整個世界發展到一個困境了喔！那天我看到一個報告，常常自殺率最高的，不是非洲，不是落後國家，是先進國家，是北歐那種生下來養你到老的那種國家耶。台灣自殺率最高的縣市是那一個？好像是花蓮。你會覺得那個地方最寧靜，對不對？最和平，因為好山好水嘛，但那裡自殺率最高。

整個人類都碰到瓶頸，我的一個學生才剛從比利時回來，他在那裡住了五、六年，

他跟我說，不要以為好像只有台灣經濟不好，全世界都不好，尤其是歐洲，已經不好很久了。比利時人現在好省，他們最討厭中國人，尤其是大陸去的觀光團，花錢像大爺一樣。那些老外，看到東方人很不是滋味，心想以前是我們進出大飯店把你們踩在腳底下，你們東方人是來服務我們的，是來給我們端盤子的，現在怎麼變成是你們到我們的國家來買瑞士錶，都買頂級的，一買就是十支瑞士錶。現在歐洲對大陸人很感冒的，加州也是，很感冒的，因為整個大陸人把加州的房地產炒起來了，最早的加州人早就被趕走了，趕到其他地方去炒其他地方的地產。

我的意思是說，不是只有台灣不好，是整個世界的希望和信心都在降低，像禽流感這種事情，到底是那一組思想，那一組感受啟動病毒？跟鳥有沒有關係，禽流感唯一跟什麼東西沒有關係？唯一跟鳥沒有關係！禽流感可以跟什麼東西都有關，唯一沒有關係的就是鳥，鳥只不過是個媒介跟代罪羔羊，可是全世界都在殺鳥！引發這個病毒的，是整個人類內在的焦慮不安。我講一句老實話，如果你沒有面對你自己內心的焦慮和不安，你吃任何抗禽流感的藥如果有效，我的頭砍給你！如果所謂有效，也是你對這個藥物短暫的信心，因為你沒有問對真正的問題，你沒有弄對真正的方向啊！所以你迷失，所以你痛苦。因為大家都一起迷失、一起痛苦，所以你也覺得理所當然。

全世界的人類都認為是對的，一定是對的嗎？對不起，我就提出質疑了，不對！最近不是有一本很紅的書，忘了書名叫什麼，它的封面是地平線這樣突然陷下去那個，好像是叫《世界是平的》，以前也有很多人類相信世界是平的，全世界大多數的人都相信天圓地方，而世界是有盡頭的，那時候全世界的人都這樣相信，但，那是對的嗎？各位，我就是來挑戰，你們大多數人過去所相信的真的是對的嗎？如果是對的，那我就繼續祝福你健康快樂下去。我對你認為是對的，一點都沒有疑問，不干我的事，講白一點，如果你認為是對的，那我會繼續祝福你健康快樂下去，你有本事，我沒話說。我們常講黑貓白貓，會抓老鼠的是好貓，可是如果你不是的話，我給各位一點小小的建議，開始從不一樣的方向來思維，開始從不一樣的方向來想一件事，就像剛才我講禽流感，禽流感跟鳥沒有關係，跟我們有沒有研發出抗禽流感的藥沒有關係，而是跟你自己的思想、感受有沒有被群體社會的焦慮不安所影響。第一個，你是不是整個社會群體焦慮不安裡面的一個被影響者和受害者；第二個，會不會整個社會最大的亂源就是你？因為你就是這個社會裡面每天在累積焦慮情緒，每天在累積悲觀絕望思想的那個人。我已經告訴大家，不管是禽流感、貓流感、狗流感，不管，禽流感如果會來，誰會死早就註定了。哪些人會死？是那些在自己心靈深處看不到未來希望的人，是那些在自己每天的具體生活當中找不到自己人生意義的人。大家看到的都只有表象，所以我才會帶領大家從這句話來觀照、來修行。如果是我創造我的實相，如果是我們集體創造出我們的實相，那麼它是怎麼創造的？我有點想把新書的名字顛倒一下，叫《我創造我自己的實相——進入心靈時間》，因為這句口號實在是太好了。但我不希望它只是一句口號，它是一個你能夠回頭來觀照你自己的一個覺察的力

量。我們暫時先在這邊打斷一下理論的部分，讓大家來提實際的問題和提實際的狀況。

問與答

問：現在是春天，俗話說「春天晚娘面」，天氣變化很大，人類普遍的都會比較容易感冒，請問這也是像老師說的是人類普遍的問題，而不是個人抵抗力比較弱的原因嗎？

答：好，如果是的話，它為什麼是？我的答案一定是「是」，如果是的話，它為什麼是？這才是我們要思考的。根據你的問題我來講一下，很多人以為我們容易生病，容易感冒，第一個跟外面的氣候多變化有關，最近的氣候變化很厲害，包括明天可能寒流要來；很多人也以為自己的生病是因為免疫力不足，免疫系統功能不好，所以生病，對不對？告訴各位，錯！我不只告訴各位它是錯，我會告訴各位它錯在那裡？也會告訴各位，什麼才是比較對的思維方向。從更深的身心靈角度來講，外境是內心的投射，近幾年來整個全球的氣候反常，真正的原因在那裡？因為人類的心不穩定，整個世界的價值觀在劇烈的衝突當中，在過去二、三百年這個世界雖然很動盪，可是價值觀基本沒有改變太多，近十年來，二十年來，婚姻的價值觀改變了，工作的價值觀、生命的價值觀都改變了，人類的心靈在動盪不安。因著人類集體的心靈在動盪不安，產生了我剛才講的那個電磁場而影響了外在的氣候。我跟各位講過，中國的黃河好像改道過九次，每一次都是中國歷史改朝換代的時候。並不是因為黃河改道民不聊生才起來革命，是因為民不聊生的動盪不安造成氣候的改變，才引起黃河的改道，黃河改道之後又加重了原來的困境，而加重了原來的困境後，開始暴民四起。這是第一個。

第二個，人類會生病是因為免疫力不足嗎？我告訴你，錯！人類會生病跟你的免疫力夠不夠一點關係都沒有，我為什麼會這樣講，我有我的理由。今天看到一篇文章，醫學專家在講，吃魚油對健康沒有什麼大幫助，我早就知道了。今天的蘋果日報，你去翻。吃魚油對人類的健康沒有大幫助，以前以為對健康很好，可以預防老人癡呆、顧眼睛啦，沒有！像玉米、像魚啦，本來就有你足夠的營養分，你根本不需要多吃那些魚油。很多魚油是從深海魚的肝臟提煉出來的，我不知道有沒有人去化驗裡面的汞、重金屬的含量有多高。之前還有一個報導，說吃深海魚有益健康，深海魚的汞含量也是最高的，因為所有的汞都跑到深海去了，因為深海魚是食物鏈後面的那個階段。我不是說深海魚不要吃，我的意思是說，原來有很多觀念你以為是對的，通通都是錯的。怎麼你以為是對的？怎麼全世界以為是對的？到了許醫師這邊它都變成不是那麼對的東西了。還有很多質疑，還有很多的疑惑在裡面。可是如果你問我：許醫師，你覺得是你的觀念，你想的比較對，還是全世界大多數人想的比較對？我當然告訴你，是我想的比較對嘛。因為真的是啊！我沒有任何懷疑的告訴你，因為真的是啊！所以我剛才講，生病和免疫力降低沒有關係，生病跟你創造你自己的實相有關。大多數的人是怎麼讓自己生病的？回到剛才那句話，你有那一個起心動念，你有那一套思想，你有那一組觀念和情緒而讓你的身體容易生病，各位懂我的意思了嗎？在我所提倡的身心靈觀念

裡，我會說第一句話，跟各位過去的觀念不一樣，我會不斷的影響各位，不斷給各位一個自然的催眠術，我會不斷的催眠你，人的身體本來就不會生病。你可以信任你的身體，你的身體有能力自我療癒。不斷的催眠各位，而這些催眠，它本來都是理所當然的，只不過在各位所有的醫學知識當中，不斷的破壞你原來這樣的認知。那些最恐懼自己生病的人，是擁有最多醫學知識的人。

我接觸很多癌症病人，我常開玩笑講，最後他們是被嚇死的。因為你得到之後，你去搜集更多的資料，看更多得癌症的人，你愈看愈害怕，最後終於被嚇死了。這樣瞭解我意思嗎？因為你們從小到大，接觸的每個與健康有關的訊息、健康的知識，都在直接破壞你對身體的信任。各位，你回去思考我這句話，如果你對於人的身體健康的信心被破壞了，那麼你將透過這一組信念、這一組思想而讓你的身體變得不堪一擊。而更驗證了你原來的觀點，果然人的身體是不中用的，果然我的免疫力是不夠的。可是你沒有覺察到，你正在透過你的很多觀念、很多思想，讓你自己的免疫力降低。意思是說，你的免疫力降低是你的傑作啦，是你與集體人類共同分享的群體信念的傑作。這樣明白嗎？但是我所強調的另外一套思想，另外一組人生觀則截然不同。我永遠在告訴我的學生，你的身體很棒，你還不知道，你的身體有自我療癒的力量。我常告訴很多學生，其實許多人不知不覺得過癌症，在你人生最悲哀、最沮喪、最痛苦的時候你曾經得過癌症。可是不知怎的，也許你遇到貴人，也許你看到許醫師的書，也許你聽到我的演講，也許有朋友鼓勵你，你的家人對你伸出愛的援手，你在不知不覺的情況下，你的命運改變了，你的思想改變了，你的心境改變了，你的癌症在你根本沒有發現它之前，自己莫名其妙的把自己搞好了。這樣瞭解我意思嗎？我常告訴很多學生這個觀念，很多人在生命中最悲哀、最沮喪、最痛苦的時刻，曾經得到過癌症，可是你的身體在你沒有覺察的情況下，把自己醫好了。而這個觀念背後我是在說些什麼？各位，我是在用什麼觀念影響你？——身體是很棒的，身體比你以為的還要棒，身體比全世界的醫生加起來的醫術還要棒，我只告訴各位這句話。

我剛剛告訴各位的那段話，大多數的人是這樣認為的嗎？不是！大多數的人類身體有沒有愈來愈差勁？有，為什麼？因為思想創造實相，這樣明白了嗎？如果你不明白你創造自己的實相，如果你不明白思想和情感會創造實相，你就會在人生的道路上不斷的痛苦，然後找不到解決之道。很多人以為這個時代這麼多人得癌症，是表示人的身體的易罹病性，是人的身體的脆弱的表徵，錯！這個時代這麼多人得癌症是因為太多人在問「我為什麼要活著？」而不見得找得到答案。這個世界這麼多人得癌症，是因為在這世界當中愈來愈多的人，他只是活著，卻不知道自己為什麼活著。這個世界為什麼那麼多人生病？是因為太多的人類他只是在活，他沒有真的很清楚的在人生的道路上找到他活下去的渴望，還有他自己人生的意義與方向。跟免疫力下降一點關係都沒有。

我從頭到尾都告訴你，我是來搗亂的，如果不把你先弄亂，你不會聽到什麼是真正對你有幫助的東西，你不會覺悟。我所有要告訴各位的，都在試圖幫助各位建立另外一組思想，建立另外一組信念，建立另外一組對生命的信任與感受。而當

這些東西慢慢建立起來了，你的人生就會開始改變。我會給各位具體的方法——少量多餐、分段睡眠，分段是晚上是最大段的，白天休息一到二段。少量多餐、分段睡眠，我一直在講，這八個字大家去做，好不好？我告訴各位的每句話都是具體的方法，如果你讓我告訴你的每一句話深深的種在你的內心，深深的影響著你，你試試看，半年、三個月之後，你會發生什麼事，這樣瞭解嗎？我剛講，我所發出去的每個信念，是我將來的命運會到全世界去演講，先從中國人開始，讓愈來愈多的中國人瞭解這樣的觀念和思想，讓每個人開始脫離麻瓜的身分。我不只告訴很多人，你原來的思維方式是行不通的，我還告訴大家什麼是行得通的。然後我會藉由整個中國人遍佈全世界的這個狀況去影響全世界，而且我已經開始在這樣做了。早在很多年之前我就這樣說。v（未完待續）

